

# **PROGRAMMA**

**Anno Scolastico 2023/2024**

**Classe: II sez. G**

**Disciplina: SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE**

**Docente: TURANO ANNALISA**

**Programma Svolto**

| n°del<br>modulo | Nome del modulo   | n° u.d. | Unità didattiche  | Argomenti<br>svolti | Argomenti<br>non svolti |
|-----------------|---|---------|---|---------------------|-------------------------|
| 1               | <b>Capacità coordinative e condizionali</b>                                   | 1.      | Schemi motori di base   | SI                  |                         |
|                 |   | 2.      | Le capacità coordinative  | SI                  |                         |
|                 |   | 3.      | Le capacità condizionali  | SI                  |                         |
| 2               | <b>Sport individuali</b>  | 1       | Sport individuali: Corsa  | SI                  |                         |
|                 |   | 2       | Sport individuali: Il salto   | SI                  |                         |
|                 | <b>Sport di squadra</b>   | 3       | Sport di squadra: Pallavolo   | SI                  |                         |
|                 |   | 4       | Sport di squadra: Basket  | SI                  |                         |
|                 |   | 5       | Sport di squadra: Calcetto  | SI                  |                         |
| 3               | <b>Salute e Benessere</b>   | 1       | Le articolazioni  | SI                  |                         |
|                 |   | 2       | Apparato cardio-respiratorio  | SI                  |                         |
|                 |   | 3       | Prevenzione degli infortuni e primo soccorso  | SI                  |                         |
| 4               | <b>Ed. Civica:</b><br>Effetti negativi da dipendenze da fumo, alcool e droghe | 1       | Apprendere notizie corrette sul fumo, sull'alcool, sulle dipendenze dalle sostanze: gli effetti dannosi sull'organismo e sul comportamento; le alterazioni comportamentali soprattutto nel rapporto con gli altri; le implicazioni legali;) | SI                  |                         |